contínuo las narices; labios y párpados. Conforme avanza su nostalgia, aumenta su depresión moral; llegan sus gemidos á ser continuados; le alcanza la demacración; cualquiera cosa le vuelve colérico; es grande su tristeza; acentuadas sus ojeras; azulados sus párpados; triste su mirada, que va dirigida á los pechos de la madre ó de cualquiera muger que en brazos le tenga; busca de contínuo la posición horizontal, como para tomar la teta é introducir en el seno de la madre ó nodriza sus manos, pidiendo el pecho si habla ya.

Cuando un niño nostálgico de esta clase, viene incorregible, adquiere la fiebre lenta, vómitos, diarrea, y la verdadera entero-colitis, que acaban si así sigue, por consunción, aquella lozana vida de cuando estaba lactándose.

Tratamiento. Al principio, como á remedio de causa, es conveniente la *Ignatia amára* á la 12.ª D. para combatir sus trastornos morales. De no conseguir resultado, emplearemos la *Coffea* 12.ª D. para sus trastornos nerviosos, y para los gástricos, la *Chamomilla* 12.ª D. Dos, tres ó cuatro gotas diarias de dilución, serán suficientes, suspendiéndolas sobre todo, al notar mejora, y volviendo tan solo á su repetición, cuando no prosiga el alivio.

Es el caballo de batalla en estos enfermitos, la dificultad en nutrirlos. Nosotros entre su muerte por inanición, ó el peligro de indigestiones, siempre hemos optado por lo último. Así hemos obrado nosotros con nuestros carísimos hijos, á quienes un destete prematuro y en la estación del verano verificado, les ha sumido nostálgicos en alto grado. Acogidos á la harina lacteada, les hemos ingerido su sopita á *viva fuerza*, quedando agradecidos de semejante proceder. Es verdad que una así forzada dieta, les acarrea indigestiones, pero la *Chamomilla*, se ha bastado siempre para curarlas.

Convienen al niño nostálgico, muchas horas de paseo, reteniendo al niño en casa, solo forzados por el mal tiempo. Los baños templados, el cambio de localidad y una gran higiene, son poderosos elementos para combatir la nostalgia de la leche.

BIBLIOTECA

CAPÍTULO CUARTO

DIRECCIÓN FÍSICA Y MORAL DE LOS NIÑOS

Baños. Vestidos. Ejercicio. Sueño. Deposiciones. Alimentación. Hábitos en general. Hábitos en particular. Instrucción. Perfectibilidad de los sentidos. Educación moral.

§ I.

Baños.

La gran estensión de nuestros tegumentos dice de por sí cuán alta debe ser su función á desempeñar en nuestro organismo. Y esto cierto, cuanto hagamos para no entorpecer su libre ejercicio, debe resultar, como resulta, en provecho del individuo. Conviene pues, que desde el nacimiento, se lave diariamente la piel del niño, con agua ligeramente tibia en invierno, y fría en el resto del año. Esta operación fuera mejor hacerla general, introduciendo la criatura por breves instantes en un pequeño barreño, y luego enjugarla perfectamente. Con ello se tonifica más la piel, que con un simple lavado mediante esponja empapada en agua.

El baño y los lavatorios diarios, tienen las ventajas siguientes: hacen al niño menos sensible á los cambios atmos-

féricos, y por tanto le privan de contraer aquellas enfermedades cuya causa radica en la baja temperatura y en los bruscos cambios de aire. No solo precaven la degeneración de la especie humana, sinó que la hacen más robusta y vigorosa. Y podemos añadir que la práctica del baño y de los lavatorios, sirven para preparar al niño á las eventualidades de su vida futura, no sabiendo como no sabemos, si los climas en que debe vivir, serán los mismos del nacimiento; y no es menos cierto que la costumbre del baño ó de los lavatorios generales, habitúa también al trabajo. Un lavatorio parcial y de imprescindible necesidad, es el de la cabeza. Esta ha de lavarse asíduamente, á fin de no consentir la concretación sobre sus tegumentos, de los exudados que contínuamente sobre ella se forman y por la mayoría de las madres consentido, creyéndose que es un bien la permanencia de esta costra, y un mal, el quitársela.

La capa de grasa, tolerada su formación encima el cuero cabelludo, inflama los tegumentos externos, fomenta el *pediculus capitis*, y produce costras, que más tarde entran en supuración.

Nosotros empleamos para el lavado de la cabeza, el agua ligeramente tibia, y parcamente jabonosa.

§ II.

Vestidos.

Conviene al niño, la libertad de sus movimientos, y por tanto, el vestir holgadamente. ¿Cuándo podremos desterrar la mala costumbre de las *envolturas* de nuestros hijos, quienes de tal modo comprimidos, adquieren á veces desde su nacimiento, deformidades que no habrían adquirido si sus órganos hubiesen estado en completa libertad de acción? A menos de una gran limpieza, vestir en pañales según uso, es causa de que los excrementos en ellos depositados, producen

mala atmósfera, que irrita sus tegumentos, y son causa no solo de excoriaciones, sinó que también de irritaciones ventrales, bien manifiestas por los gritos, á que se entrega la criatura; de lo cual se siguen muchas congestiones cerebrales, y no pocas hernias. Además, tan fajados los niños, es motivo de convulsiones é indigestiones, cuya causa nos pasa á veces desapercibida, y que no es otra que el dificultar la transpiración del pecho y vientre, su tan perjudicial vestimenta. Y ¿qué diremos de muchos infartos viscerales y mesentéricos?... Que también son hijos de quitar la libertad de moverse debidamente las entrañas ventrales, la fatal costumbre de una mala envoltura infantil.

Desde la cuna, se hace preciso vestir al niño holgadamente, dejándolo vestido de tal modo, que, ni su pecho ni su vientre queden comprimidos, y bien en libertad de acción las estremidades inferiores. Nuestro aserto viene el mismo niño á confirmarlo por instinto, con su loca alegría al ser desnudado, y con sus lloros al fajarlo otra vez, como si protestára de semejante acción. Esta es la verdad, y verdad que no admite réplica. De ningún modo hay que dejar al descubierto nada del niño, á no ser sus manos, cuello, y naturalmente su cara también. El dejar sin cubrir algunos puntos, es causa de predisposición á los acatarramientos y enfermedades cuya puerta de entrada, es el corte de transpiración. Las cubiertas de la cama del niño, han de ser, como ya se dijo, proporcionadas á la estación y siempre ligeras, ventilándolas diariamente.

§ III.

Ejercicio.

Si es una verdad innegable, que la comida escasa dá poca vitalidad, también lo es, que, niño sin apenas ejercicio, resulta de poca resistencia vital.

Todo niño, pasado el primer mes, cuando nacido en vera-

no, y del segundo, si en invierno, mientras tranquila sea la atmósfera, debe salir diariamente de casa, para tomar aires. Estos, son un gran aperitivo para la tierna criatura como lo son para el adulto. Pero debe procurarse un paseo sin corrientes, y sin exposición á los fuertes rayos del sol.

Al principio debe comenzarse por salir una hora diaria, y conforme crezca el niño, aumentar las horas de salida, llegando hasta tenerlo lo más posible, fuera de casa. Un niño bien paseado, mientras no febricite, gasta también más alegría.

El anticiparse á probar si el niño puede estar ya de pié, es procurarle trastornos físicos. Puede esto intentarse, en niños robustos, llegados ya á los seis meses. Hacer lo contrario, es trabajar para obtener dislocaciones y desviaciones huesosas, causa á su vez de sufrimientos pulmonares, del corazón y estómago, haciendo salir de su centro, dichas entrañas. También tales defectos se alcanzan, de llevar la criatura siempre en un mismo brazo. Conviene pues, cambiarla con frecuencia de un brazo á otro.

Para el mejor ejercicio de la *vista*, es de necesidad colocar la cuna, *frente á la luz;* hacer lo contrario, es predisponer los ojos al estrabismo.

No puede darse regla fija para probar cuándo debe comenzar á andar una criatura. Ella misma es la que nos lo debe decir. Al efecto, colocada encima de una esterilla, se la debe dejar al lado de objetos á que poder agarrarse, y cuando sus facultades la llamen á probar á andar, se levantará por sí misma, y entonces logrado esto, podremos estar seguros de que su potencia infantil, es capaz de tal empresa. Desde luego, hay que educar el niño al andar y esto se logra, colocándole objetos lejos de sí, tentándole á cogerlos, y animándole para ello.

De este modo es como se les priva del miedo natural, se les da valor, y predispone á un buen andar, sin las muchas caídas á que se exponen, de anticiparles á este ejercicio, ya

sea cogiéndolos por los brazos, ya poniéndolos en andadores, ya valiéndose de los diversos medios á que se recurre para que el niño corra lo más pronto posible. A excepción de coger al niño por los sobacos, los demás medios son perjudiciales al organismo infantil. Es contraproducente, una escesiva vigilancia, pues con ella se enjendra á la criatura gran desconfianza de sí misma, siendo causa de venir tímida, poco diestra y de escasa presencia de ánimo.

Es preciso que el niño comience á vencer por sí mismo, las primeras dificultades de su vida, con lo cual fortalece mejor su cuerpo y espíritu.

El aire libre es indispensable á los niños, y los ejercicios en él, cuando ya corren, son buenos mientras no se fatiguen. Estos baños de aire, por espacio de seis ó siete horas diarias, son convenientes á la infancia.

Las chichoneras, como hoy se fabrican, dán sus buenos resultados, privando á los niños de contusiones en la cabeza.

El compañerismo en la infancia crea inteligencias despejadas, amabilidad y buen trato.

Al notar cansancio en los niños, es menester retirarlos, abrigándolos si el tiempo no es apacible.

Evítense en lo posible *los fuertes ruidos*, que son causa, á igual que las contusiones de cabeza, de paralización del nervio acústico y de producción de convulsiones.

Cuanto *al tacto*, nada de usar ropas ásperas sobre los tegumentos cutáneos, que irritan á la larga el sistema nervioso.

§ IV.

Sueño.

Hemos anteriormente señalado, que el niño durante sus dos primeros meses de seguir bien, no ha de hacer otra cosa que mamar y dormir. Pasado este tiempo no es posible establecer á punto fijo el cuánto, cómo y cuándo debe durar un sueño fisiológico.

No conviene reglamentar matemáticamente las horas del sueño en los niños de teta. Lo que importa es, dejarlos dormir cuanto quieran, mientras que el sueño sea natural. La duración del sueño disminuye á medida que el niño crece. Pasados los doce primeros meses, se le habitúa á dormir á las horas más convenientes, especialmente de noche; pues ésto reporta grandes ventajas á su salud. Aunque el niño, pasado el primer año, rehuse dormir de día, hasta los tres años, es gran práctica, hacerlos descansar sobre dos horas. Pasada esta edad, ya no conviene otro sueño que el nocturno, procurando acostarlos temprano, y á las dos horas de una parca cena, con exclusión de carnes.

Los juegos infantiles ocupan vivamente la imaginación del niño; por tanto, á fin de no recordarlos durante el sueño, cosa que les produce agitación y hasta desvelo, conviene cesen en aquellos, cuando menos, una hora antes de acostarse.

El silencio, es la mejor manera de procurar á la infancia un sueño reparador.

Para dormir al niño, nada de hipnóticos. Recúrrase á todo medio moral para procurarlo. Los cantos melodiosos, un algo de agitación en brazos, y algún paseo, son los preferibles medios para que el niño duerma.

Es el tormento de los padres, pasear de noche los niños para acallar sus lloros. En su pecado, encuentran su penitencia. Recuerdo perfectamente las palabras de un malogrado Maestro, al hablar del instinto de los niños, cuando decía: «es la criatura, una verdadera fierecilla, que conviene domar desde sus primeros días.» Y á la verdad, ved lo que pasa con ellos al dar contemplación á sus vagidos. Pasa, que una vez secundados, es preciso seguir con ellos. Aquí pues conviene no dar entrada á aquellos lamentos, que lejos de ser necesarios, son un mal hábito para los mismos, después de ser el pesar de los que le cuidan. Sea, pues, perseverante la madre, en retener en cama al niño llorón para salir de ella de noche,

á fin de que le paséen, apele á sus amorosos ruegos, y la victoria será suya, siempre y cuando el niño no llore por otra causa que la mencionada. Si el lloro fuera producido por circunstancias agenas á la adquisición de un mal hábito, fuese por indigestión, dolores cólicos, ú otras maneras, entonces es natural recurrir á corregirlas, quitando, si conviene, de la cama al niño que llore en ella de noche. Entonces, ya no *llora* el niño, sino que *grita*.

Las flores y sustancias olorosas, deben quitarse del aposento de los niños, por provocar sus emanaciones un mal sueño.

Nada de mecer al niño para dormir. Nuestros cuatro hijos no han conocido tal cosa. Y han dormido perfectamente.

El canto, es el mejor hipnótico, para los niños en estado fisiológico. Tal vez se nos diga que el canto es un mal hábito. Si, lo es; pero es un mal hábito tolerable que puede contribuir al desarrollo del sentimiento de la melodía, y en ello no pierde nada el niño.

§ V.

Deposiciones.

Pasado el primer año, es conveniente hacer adquirir al niño, hábitos de defecar, y de orinar. Hay que habituar prontamente á la criatura á que defeque mañana y tarde, y á que mée cada tres ó cuatro horas. Con ello no solamente se logra su mayor limpieza, sino el que su suciedad no se convierta en causa de excoriaciones, y de consiguientes dolores. Es verdad que esto es de un gran trabajo para la madre, más luego de haber habituado á su hijo á defecar y á mear arregladamente, se resarcirá con creces, de sus anteriores malos ratos para alcanzar semejante hábito.

§ VI.

Alimentación.

Convienen al niño, alimentos simples, y bebidas simples también. Nada de escitantes. Nada de condimentaciones que fatigan el estómago y quitan el gusto natural de los alimentos á que es menester habituar las criaturas, para enseñarlas á distinguir la variedad de sabores de que la Providencia ha dotado á todo cuanto sirve para su nutrición. Al comenzar á alimentarse el niño, menester es imite á las aves. Estas, comen poco y frecuentemente. Lo mismo deben hacer los niños, pues no otra cosa requieren de una parte su poca fuerza digestiva, y de otra su desgaste de vida, que ha menester de prontas y repetidas reparaciones. Hasta los cinco años, deberá el niño comer cada cuatro ó cinco horas. Hasta los diez años, le son necesarias luego, cuatro comidas diarias, débil siempre la de la cena, pues nada es tan peligroso para el niño como acostarle con el estómago lleno. Ha de comer de todo, cuando su dentición quede completa.

En los países fríos, debe darse la preferencia al régimen animal, sobre del vegetal. En los templados y sobre todo los cálidos, al contrario.

No se quiera hacer comer nunca á la fuerza á los niños, aquellos alimentos que repugnen á su vista. La edad solo debe vencer semejante repugnancia.

Como quiera que un niño sano ha de comer siempre con igual apetito, cuando no lo haya, búsquese inmediatamente la causa de su falta de apetito. Niño sin apetito, si hace algunas horas que no comió, es prueba de que no está bueno.

Deséchese la mala y perversa costumbre de dar papillas al niño. La mejor papilla, es la cocción.

En cuanto á bebidas, la más sana es el agua fresca. El vino tinto, aguado, guárdese para niños con estómago delicado.

§ VII.

Hábitos en general.

Desde el nacimiento conviene dotar al niño de buenos hábitos físicos, intelectuales y morales. Si atendemos desde luego á la formación de hábitos materiales, ¿porqué no seguir y completar luego la obra, creando también hábitos de inteligencia y de sana moral? Pues qué, ¿no son estos de tanta ó más necesidad que los primeros, ya que afectan á la Humanidad entera, con la cual deberá relacionarse el niño? Antes que raciocinar la criatura, primero obra por instinto. Luego aparece la razón. Allá donde comienza el instinto, nace el primer vicio.

Hay que corregir blandamente el primer vicio observado á la criatura, por inofensivo que al parecer sea. Los insultos inferidos instintivamente y con mucha gracia por los hijos á sus amiguitos, de ser tolerados, son más tarde fuente de grandes males.

La adquisición de buenos hábitos, es cosa de gran perseverancia, y este trabajo es menester tanto para con niños de poca inteligencia, cómo para con los muy inteligentes. Al contrario, abandonar á estos privilegiados, al cuidado de sí mismos, con la confianza de que más tarde se corregirán, cuando su razón les manifieste sus errores, es igual que ver crecer torcido á un árbol robusto pero que le queremos derecho, fiados en que su sola fuerza de desarrollo, bastará para su enderezamiento. Error manifiesto, como el del mismo niño así abandonado. Nada hay sobre de la tierra tan incierto y mutable, como es el destino del hombre. Así vemos, que seres felices pierden en un instante su felicidad.

Conviene, pues, precaver los reveses de la fortuna al comienzo de la vida, dirigiendo bien al niño, é inclinándole á los buenos hábitos.

Así que el niño pase de los diez años, siendo robusto, debe habituársele á la variedad de manjares, de horas de alimentación, de sueño, á imprevistas transacciones, enseñándole también á sufrir, dentro del orden moral. El hombre habituado al estudio práctico de las adversidades, tiene mucho adelantado, porque las sufrirá con resignación sin que su salud se altere, mientras que no estando acostumbrado á sufrir, la desesperación se apodera del individuo y nada hay capaz de tranquilizarle.

Al niño, le convienen hábitos generales, y no particulares.

El hombre debe desde la cuna acostumbrarse á vivir bajo las influencias á que algún día puede estar sometido. Esto se consigue con parsimonia y constancia.

Todo es nuevo para el niño, y á medida que se desarrolla, siente deseos, que por signos primero y luego de palabra, los expresa. El instinto de curiosidad despierta las facultades expresivas de aquello que se apetece. ¡Triste niño, si la primera expresión de su voluntad instintiva ó ya razonada, cae sobre objetos ó cosas perjudiciales, y no halla bondadosa mano que sin él comprenderlo le aleje del primer deseo en mala hora sentido! En cambio, ¡feliz si su primer paso al mal hábito, le es corregido!

Todo cuanto se haga para alejar del lado del niño que comienza á hablar, compañías de hábitos nada saludables, no tan solo es en provecho de la criatura, sino de la Humanidad, con la cual aquella más tarde deberá vivir dándole sus buenas ó malas enseñanzas, según así las aprendió.

§ VIII.

Hábitos en particular.

(a) Hábitos alimenticios. La fuente de males en la tierna infancia, está en los errores del régimen alimenticio.

Los niños no necesitan golosinas, suculentos manjares,

grandes masas de alimentos, ni menos estarles dando de comer siempre que lo pidan. Si perturba las funciones digestivas un mal régimen, también embrutece el alma. El estómago ha menester de descanso, como todos los órganos, y si éste no se le proporciona buenamente, él se lo tomará con creces.

Los huevos, las sopas, los farináceos, las frutas sazonadas, las carnes tiernas y en particular los vegetales, todo esto sin salsas, ni condimentaciones estimulantes, constituye un buen régimen alimenticio para el niño.

El hábito de beber agua en las comidas es magnífico, porque de lo contrario se perturban las digestiones.

El vino, conforme ya hemos señalado, debe guardarse únicamente para niños débiles y dispépticos. El uso del vino en niños de suyo robustos, les vuelve inquietos é iracundos.

La leche es la soberana bebida alimenticia del niño.

Su hábito, es un manantial de salud para bien convalecer en sus enfermedades.

Acostúmbrese al niño á la leche ya desde antes del destete, y no se abandone si es posible, hasta los diez años.

Los niños para comer bien, han de hacerlo, pero vigilados, fuera de los padres, á fin de que no ansíen las comidas ya condimentadas.

Al permitirlo la edad y salud del niño, se le darán alimentos variados y á horas no siempre las mismas, según antes espresamos.

(b) Hábitos de aseo. Todas las mañanas, y sobre todo tras de las comidas, hay que procurar la limpieza de la boca, á fin de desembarazarla de sus mucosidades, y de los detritus alimenticios, fuente de la caries dentaria prematura.

Aunque está ya dicho la necesidad del baño diario, insistiremos diciendo que toda madre, debe fuera del destete seguir obligando á su hijo, á bañarse todos los días, con agua á la temperatura de sobre 25.º al principio, y á la natural más

tarde, no debiendo durar el baño más de ocho minutos. Hasta los cinco años es conveniente el baño de inmersión; pasada esta edad, el de lluvia puede con ventaja suplirle, seguido luego de un pequeño ejercicio, aunque no sea más que alguna carrera dentro de su misma habitación.

(c) Hábitos de deponer y de sonarse. Individualizando lo ya antes referido sobre el particular, insistimos aquí en recomendar al niño ya con alguna razón, á que evacúe en horas fijas sus necesidades, demostrándole sus ventajas.

Uno de los hábitos malos de la infancia, es el de inspirar contínuamente sus mucosidades nasales, causa de ulceraciones de nariz y hasta de pólipos mucosos.

Por lo tanto, procúrese la mayor limpieza en este punto, enseñándoles á sonarse con un pañuelo. ¿Y qué diremos de tragar sus mucosidades nasales?

(d) Hábito del vestir. Los niños deben vestirse ligera y anchamente, pues se crían débiles cuando se les lleva cargados de ropa y además sudan y contraen fácilmente acatarramientos. Nada de vestidos estrechos, pues que son causa de dislocaciones viscerales. Por conveniencia higiénica y social, debe habituarse al niño á que vaya siempre aseado.

El vestir con franela interior, guárdese únicamente para niños endebles, para casos de enfermedad, y en sus convalecencias, y aún ésto, en invierno.

No se descuide el cubrir las estremidades inferiores, causa de parálisis, cuando no se abrigan. Un escaso abrigo, según la temperatura, desarrolla el escrofulismo, produce catarros y dispone á la tísis.

Detéstese el uso de bufandas y de corbatines estrechos, origen de congestiones cerebrales.

La cabeza debe quedar siempre fresca y con el pelo cortado. Al contrario los piés, deben ir siempre muy resguardados del frío y la humedad. Las ligaduras de las medias, de ser demasiado fuertes, impiden la circulación sanguínea. Las mejores son las de goma, y que no aprieten demasiado.

(e) Hábito del aire. Es necesario acostumbrar á los niños á respirar libremente el aire, mientras no estén calenturientos. El aire es también un gran alimento, y tonifica grandemente al organismo. Lo que si hay que precaver, es la humedad atmosférica, el aire viciado, y las grandes corrientes.

Una temperatura invariable, enerva grandemente á los niños.

Si quereis robustas constituciones, alimentad convenientemente á vuestros hijos y hacedles respirar todas las temperaturas.

(f) Hábito del ejercicio. Desde que el niño comienza á andar, conviene que por sí solo se ejercite libremente, cuidando de que no llegue al cansancio. El correr, saltar, jugar, levantar pesos y demás saludables ejercicios, empero con impulso propio del niño, les dá vida robusta. Son ejercicios de provecho, el del aro, ballesta, bolos y cuantos requieran la carrera. El subir y bajar cuestas, el inspirar fuerte y pausadamente, y luego, llenos de aire los pulmones, expirar súbitamente, practicando esta operación, en sitios limpios y de aire puro, como el de las costas, bosques, en medio del campo, etc., tonifica grandemente el torax. Más, el ejercicio del juego, debe introducirse paulatinamente. Hacer otra cosa es contraproducente.

(g) Hábito del sueño. Llevamos ya dicho algo referente á este acto esencial de la vida, y ampliando más las ideas, diremos que hasta los doce meses puede dormir el niño cuanto quiera; pero desde los doce hasta los treinta, debe habituársele á no dormir más que dos horas durante el día.

Es una gran costumbre, el acostar temprano á los niños y levantarlos de mañana.

Tanto para su salud, como para no contraer malos hábitos, el onanismo sobre todo, conviene que cada niño, duerma en cama aparte. Tampoco conviene duerma con personas adultas. Cuando el niño ya no pueda dormir por la ma-

ñana, se le debe levantar de la cama. La escesiva permanencia en ella, les debilita, y favorece el desarrollo de malas costumbres.

§ IX.

Instrucción.

A pesar de ser robusto el niño, hasta que su organismo tenga alguna resistencia, no debe llevársele á la escuela. Es ya una precoz edad, la de los cinco años. Es sabido que el aire de las escuelas, carece siempre de las condiciones higiénicas convenientes, y obligarle á respirar durante tres horas por la mañana y otras tantas por la tarde una atmósfera viciada, daña notablemente sus tiernos pulmones, é intoxica su sangre.

Rehusamos por completo el rigor en la enseñanza, porqué moralmente mata el alma y materialmente al cuerpo. El estudio debe hacerse agradable al niño, y sólo así le será de provecho. Al cuerpo se le puede forzar, más no á la inteligencia. Al que rehuse el estudio, bastará algún rigor, para que al menos adquiera aquellas nociones más indispensables sobre la lectura y escritura, para lo cual no hay necesidad de fatigar el encéfalo.

Una precoz instrucción eclipsa muchas inteligencias, y así como al enfermo no se permite que trabaje, tampoco debe tolerarse lo haga precozmente el cérebro de los niños, dado que éste en sus primeros años está enfermizo, gracias á la gran actividad á que está sugeto, como principal entraña que es del organismo humano. Todo cérebro trabajado en demasía durante la infancia, pierde luego su fuerza que podríamos llamar, de expansibilidad. Hasta que la célula cerebral haya adquirido bastante desarrollo, no deben permitirse estudios serios, si no se quiere matar en flor la inteligencia del niño y también su cuerpo. Si este necesita de cierta edad para acostumbrarse á las fatigas, con doble motivo la ha menester

el encéfalo, para que en él queden daguerreotipadas las impresiones que éste reciba, sin hacer mella en sus células componentes.

§ X.

Perfectibilidad de los sentidos.

Nadie pone en duda que los sentidos son susceptibles de educación. Lo que con el encéfalo pasa, sucede con todos los demás sentidos, que son una derivación de él. Nadie vé de tan lejos como el marino, ni de tan cerca como el diamantista, ni oye á tanta distancia como el indio salvage, ni tiene tanto paladar como el catador de vinos etc., etc. Y, ¿todo por qué? Por la mayor educación de sentidos adquirida mediante el ejercicio.

(*a*) *Educación de la vista.* Poquito á poco, conviene educar al niño, en el uso de su vista, haciéndole distinguir por sí solo los objetos que le rodean. Hay que procurar demostrarles, los perjuicios que resultan cuando se mira demasiado cerca, ó á objetos que despidan intensa luz.

Conviene que el niño se acostumbre á mirar y á comparar objetos fijos, movibles, distantes y cercanos. De este modo el ojo adquiere hábitos de comparación, mejorando su estructura. Es también conveniente que la vista, se ejercite en apreciar las propiedades de los cuerpos, con sus colores, configuraciones, distancias y magnitud.

(*b*) *Educación del oido.* Nada más perjudicial para el oído, que permitirle la audición de ruidos fuertes. Esto produce la paralización del nervio acústico, según ya llevamos indicado, y ahora añadiremos que semejante práctica entorpece la educación del oído para la distinción de las notas suaves. Por medio de la lectura, se habitúa el oído, á discernir el timbre y sonoridad de la voz. Por el canto melodioso é instrumental, á los sonidos métricos, y con la audición de buenos oradores, aprende el joven á modular su voz.